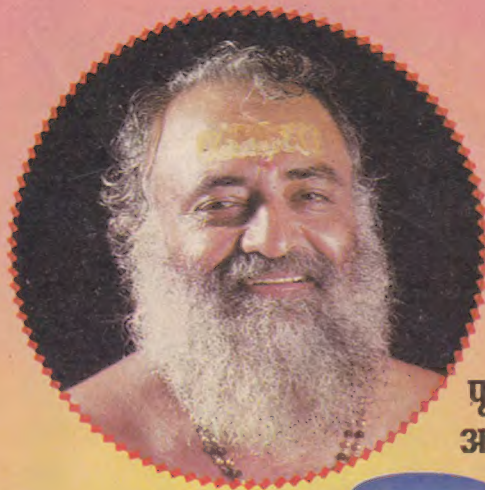




श्रीराम-जन्म महोत्सव



पूज्यपाद संत श्री
आसारामजी बापू

ऋषि प्रसाद

गंगाजल और केसूडा
मिल गया रंग
भक्ति की उमंग
झूमा साधकवृंद
मंत्रों की तरंग...
होलिकोत्सव-सूरत आश्रम



वर्ष : ६
अंक : ४०
अप्रैल १९९६
छ: रुपये



ऋषि प्रसाद

वर्ष : ६

अंक : ४०

९ अप्रैल १९९६

सम्पादक : के. आर. पटेल

मूल्य : रु. ६-००

सदस्यता शुल्क

भारत, नेपाल व भूटान में

(१) वार्षिक : रु. 50/-

(२) आजीवन : रु. 500/-

विदेशों में

(१) वार्षिक : US \$ 30

(२) आजीवन : US \$ 300

कार्यालय

'ऋषि प्रसाद'

श्री योग वेदान्त सेवा समिति

संत श्री आसारामजी आश्रम

साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५

फोन : (०७९) ७४८६३१०, ७४८६७०२

प्रकाशक और मुद्रक : के. आर. पटेल

श्री योग वेदान्त सेवा समिति,

संत श्री आसारामजी आश्रम, मोटेरा,

साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५ ने

विनय प्रिन्टिंग प्रेस, मीठाखली, अहमदाबाद में छपाकर प्रकाशित किया।

Subject to Ahmedabad Jurisdiction.

महत्त्वपूर्ण सूचना

'ऋषि प्रसाद' के सदस्य, वाचक और सेवाधारी एनेन्ट बंधुओं से नम्र निवेदन है कि इस अंक से 'ऋषि प्रसाद' के द्विमासिक संस्करण का सदस्यता शुल्क स्वीकार करना बंद कर दिया है। इसलिए 'ऋषि प्रसाद' के कोई सदस्य या वाचक द्विमासिक संस्करण का शुल्क न भेजकर मासिक संस्करण का ही शुल्क भेजे। सेवाधारी एनेन्ट भाई भी द्विमासिक संस्करण का शुल्क लेकर सदस्य न बनायें। इस अंक से केवल मासिक संस्करण का सदस्यता शुल्क ही स्वीकारा जायेगा।

इस अंक में...

१. सत्संग-सिन्धु
२. काव्यगुंजन
३. भागवत-अमृत
४. साधना-प्रकाश
बुद्धिगत ज्ञान का आदर करें
५. सत्संग-सरिता
६. कथा-प्रसंग
समर्पण
धर्म पर बलिदान देनेवाले चार अमर शहीद
७. शरीर स्वास्थ्य
नीबू से स्वास्थ्य-लाभ
८. योगयात्रा
वटवृक्ष का चमत्कार
९. संस्था-समाचार

'ऋषि प्रसाद' के सदस्यों से निवेदन है कि कार्यालय के साथ पत्रव्यवहार करते समय अपना रसीद क्रमांक एवं स्थायी सदस्य क्रमांक अवश्य बतायें।

पकड़ा था और मेढ़क के कराहने की आवाज सुनकर किसी दयालु पुरुष ने मुझे मारकर मेढ़क को मुक्त किया था। ऐसी दुःखद योनियों में भटककर यह जीव मनुष्य जन्म पाता है और यदि मनुष्य शरीर पाकर निस्संदेह होने के मार्ग पर चल पड़े तो कल्याण हो जाता है।”

“हे जनक ! तुम अवैधानिक रूप से आये हो अतः तुम सीधे स्वर्ग में नहीं जा सकते । तुम्हें नरक होकर स्वर्ग जाना पड़ेगा, तुम्हें मंजूर हो तो मैं व्यवस्था कर दूँ । मैं अपने दो सेवक (यमदूत) तुम्हें देता हूँ ।”

जनक उन दो यमदूतों के साथ स्वर्ग की ओर जाने लगे। मार्ग में नारकीय जीवों का आक्रन्द सुनकर जनक चकित हो गये। तब जनक को आश्चर्यचकित देखकर यमदूतों ने कहा :

“महाराज ! मनुष्य पुण्य का फल सुख तो चाहता है किन्तु पुण्यकर्म नहीं करता और पाप का फल दुःख भोगना नहीं चाहता फिर भी पाप में ही प्रयत्नशील होता है । ऐसे जीवों को यहाँ दण्ड दिया जाता है अतः वे आक्रन्द कर रहे हैं ।”

“महाराज ! मनुष्य पुण्य का फल सुख तो चाहता है किन्तु पुण्यकर्म नहीं करता और पाप का फल दुःख भोगना नहीं चाहता फिर भी पाप में ही प्रयत्नशील होता है । ऐसे जीवों को यहाँ दण्ड दिया जाता है अतः वे आक्रन्द कर रहे हैं ।”

इतने में ही वह आक्रन्द
धन्यवाद में बदल गया। तब
जनक ने यमदूतों से कहा :
"अरे ! ये तो अब जय-जयकार

“गुरुदेव ! मेरे कथा सुनने से मेरे पूर्वजों को इतना लाभ मिल रहा है तो आप इतनी कृपा कीजिए कि एक बार मैं अपने पूर्वजों के दर्शन करने जा सकूँ । मुझे योगकला की दीक्षा दीजिए ।”

राजा जनक की प्रार्थना को स्वीकार करके महर्षि अष्टावक्र ने उन्हें योगदीक्षा दी। राजा जनक ने अपने गुरुदेव के द्वारा बतायी गयी विधि से योग-साधना की और कुछ समय के पश्चात् वे योगबल से यमपुरी पहुँचे। राजा जनक को देखकर यमराज बोले :

“महाराज ! आपने गुरुदीक्षा ली है और गुरुतत्त्व का, आत्मतत्त्व का प्याला पिया है । आपके श्वासोच्छ्वास एवं आपको छूकर बहती हुई हवा पापियों के पाप-ताप को निवृत्त कर रही है इसलिए वे जय-जयकार कर रहे हैं, महाराज !”

हैं और गुरुत्व का, आत्मतत्त्व का प्याला पिया है । आप संशयरहित हुए हैं । आपके श्वासोच्छ्वास एवं आपको छूकर बहती हुई हवा पापियों के पाप-ताप को निवृत्त कर रही है इसलिए वे जय-जयकार कर रहे हैं, महाराज !”

सिक्ख धर्म के आदिगुरु ने कहा है : 'ब्रह्मज्ञानी की दृष्टि अमृतवर्षी।' ब्रह्मज्ञानी की निगाहों से, संतों की निगाहों से सात्त्विक परमाणु बहते हैं।

नारकीय जीवों को शांति पाते देखकर जनक ने

यदि भगवत्कथा जीवन में नहीं होगी तो या तो संसार का राग भीतर घुसेगा या द्वेष घुसेगा । राग दलदल है और द्वेष तपन है ।

ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ



बुद्धिगत ज्ञान का आदर करें

- पूज्यपाद संत श्री आसारामजी बापू

ज्ञान तीन प्रकार का होता है : एक होता है इन्द्रियगत ज्ञान, दूसरा बुद्धिगत ज्ञान और तीसरा वास्तविक ज्ञान। इन्द्रियों ने दिखाया कि फूल गुलाबी है लेकिन बुद्धि ने कहा 'यह गुलाब का फूल है।' आँख दिखायेगी किसी व्यक्ति को, जबकि बुद्धि कहेगी 'यह मोहन है... यह राम है...' आदि।

इन्द्रियों के ज्ञान को महत्त्व देने से, जो दिखता है उसीको सत्य मानने से संसार की आसक्ति बढ़ती है। इसी वजह से आज पाश्चात्य जगत् बहुत परेशान है। उन्होंने बुद्धिगत ज्ञान का उपयोग तो किया किन्तु उस बुद्धिगत ज्ञान को इन्द्रियगत उपयोग में ही खर्च किया। पाश्चात्य जगत् की जितनी भी खोजें हैं, आविष्कार हैं वे सब संसार से सुख लेने और शरीर को सुविधा में गरकाव करने के लिए हैं।

इन्द्रियगत ज्ञान का मतलब है आँख को देखने का मजा, नाक को सूँघने का मजा, जीभ को चखने का, कान को सुनने का एवं शरीर को स्पर्श का मजा दिलाना। उसीमें पाश्चात्य जगत् गरकाव हो गया है। जैसे बकरे ने हरा घास देखा फिर वह यह नहीं सोचता कि 'यह अपना है कि पराया है।' वह उसमें लपक पड़ता है। फिर परिणाम में भले उसको

डण्डा पड़े। यह इन्द्रियगत ज्ञान में गरकाव होना है।

घर से दूध पीकर निकले और रास्ते में भेलपुरी दिखी। दूध पिये ढाई घण्टा भी नहीं हुआ और चरपरी भेलपुरी खा ली तो सफेद दाग होने की संभावना बढ़ जायेगी। यह इन्द्रियगत ज्ञान में डूबना है। दूध पीने के बाद ढाई-तीन घण्टे तक कोई वस्तु नहीं खानी चाहिए। क्या खाना, कब खाना, स्वास्थ्य पर क्या असर होगा? उस परिणाम का विचार करके खाना यह बुद्धिगत ज्ञान का आदर है।

इन्द्रियगत ज्ञान तुरंत संसार के सुख में गिराता है लेकिन

बुद्धिगत ज्ञान परिणाम का विचार करके फिर निर्णय लेता है। बुद्धिगत ज्ञान का आदर करने से परिणाम का विचार उत्पन्न होता है और इन्द्रियगत ज्ञान का आदर करने से परिणाम का विचार नहीं होता और आदमी इन्द्रियलोलुप हो जाता है, पशुधर्मा हो जाता है।

जब मनुष्य इन्द्रियलोलुप हो जाता है तो उसका मन और बुद्धि कमजोर हो जाती है, व्यक्ति चिढ़चिढ़ा हो जाता है। देखने, सूँघने आदि के मजे लेने की आदत पड़ जाने से मृत्यु के समय भी वही वासना रह जाती है जो मनुष्य को विभिन्न योनियों में भटकाती है। यदि देखने का खूब मजा लिया है तो पतंगे की योनि में जाना पड़ेगा, स्वाद की वासना रह गयी तो

मछली बनना पड़ेगा। इसी प्रकार भ्रमर, सूअर आदि योनियाँ मिलती हैं। जैसे, हमें जो वस्तु खरीदनी होती है हम उसी दुकान में जाते हैं इसी प्रकार हमारी जैसी वासना होती है, मरने के पश्चात् हमें उसी योनि में जाना पड़ता है। किन्तु इसी जगह पर यदि बुद्धिगत ज्ञान का आदर करो कि : 'हे आँख ! तुझे कितना

आज पाश्चात्य जगत् बहुत परेशान है। पाश्चात्य जगत् की जितनी भी खोजें हैं, आविष्कार हैं वे सब संसार से सुख लेने और शरीर को सुविधा में गरकाव करने के लिए हैं।

दिखाया फिर भी संतोष नहीं होता ! आखिर में तो तुझे जलना ही है, कितना तुझे दिखाऊँ...' जो देखना जरूरी है उसे देख लिया, अन्य पर ध्यान न दिया। इसी प्रकार नासिका, जिह्वा, कर्ण और त्वचा को भी सूँघने, चखने, सुनने, स्पर्श के सुख की

ऋषि प्रसाद

ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ ॐ

एक राजा ने एक बकरा पाल रखा था और घोषणा कर रखी थी कि 'जो भी इस बकरे को तृप्त करके आयेगा उसको मैं एक हजार स्वर्ण मोहरें दूँगा ।'

"इसे कहाँ तृप्त किया ? यह तो भूखा है।"

कुछ दिनों के बाद किसी चеле ने अपने गुरु से पूछा कि : "गुरुदेव ! यह बकरा तृप्त कैसे होगा ?" गुरुदेव ने उसे युक्ति बता दी और वह चेला पहुँचा राजदरबार में । वहाँ जाकर उसने राजा से कहा :

चले ने बकरे को सूखी घास खिलाई, इधर-उधर घुमाया और फिर दिखायी हरी-हरी घास । जैसे ही

जब मनुष्य इन्द्रियलोलुप हो जाता है तो उसका मन और उसकी बुद्धि कमजोर हो जाती है। बुद्धिगत ज्ञान का आदर करने से आत्मसुख मिलता है और मन पर भी नियंत्रण होने लगता है।

राजा ने बकरे के पास हरी घास रखवायी तो बकरे ने मुँह मोड़ दिया । राजा उसका मुँह घास की ओर करता किन्तु बकरा

इसी प्रकार बुद्धिगत ज्ञान का आदर करने से गिरानेवाली चेष्टा से मन मुँह मोड़ देगा। बिन जरूरी इच्छा-वासनाएँ मिटती जायेंगी जिससे मन को श्रम कम पड़ेगा और मन की आपाधापी कम होने से बुद्धि

इन्द्रियगत ज्ञान, बुद्धिगत
ज्ञान और वास्तविक ज्ञान...
बुद्धिगत ज्ञान को जहाँ से सत्ता

मिलती है वह है वास्तविक ज्ञान, चैतन्य आत्मा ।
बुद्धि अच्छी है तब भी वह चैतन्य आत्मा जानता है
और बुद्धि बुरी है तब भी जानता है । 'आँख ठीक
देखती है कि नहीं' यह भी हम जानते हैं, 'मन शान्त
है कि अशान्त' इसे भी हम जानते हैं और 'बुद्धि ठीक
निर्णय कर रही है कि गलत' इसे भी हम जानते



नीबू से स्वास्थ्य लाभ

गुणों की दृष्टि से नीबू बहुत अधिक लाभकारी है। स्वाद में नीबू खट्टा होने पर भी बहुत गुणकारी और उपयोगी है। नीबू का रस स्वादिष्ट और पाचक होने के कारण स्वास्थ्य के लिए अत्यंत उपयोगी सिद्ध हुआ है।

शरीर की तन्दुरुस्ती का आधार रक्त की शुद्धता पर है और नीबू तन्दुरुस्ती की रक्षा में सहायक बनता है। यह पाचक रसों को उत्तेजित करता है, मंदाग्निवालों की भूख जाग्रत करता है और पाचन में सहायता करता है।

गर्मी के मौसम में नींबू का शर्बत बनाकर पिया जाता है। नींबू का रस खट्टा होने पर भी रक्त के खट्टापन को दूर करने का विशिष्ट गुण रखता है। त्रिदोष, वायु संबंधी रोगों, मंदान्नि, कब्ज और हैजे में नींबू विशेष उपयोगी है। नींबू में कृमि-कीटाणुनाशक और सड़न दूर करनेवाला विशेष गुण है। यह रक्त व त्वचा के विकारों में भी लाभदायक है। नींबू की खटाई में ठंडक उत्पन्न करने का विशिष्ट गुण है जो हमें गर्मी से बचाता है। ज्वर की अवस्था में गर्मी के कारण मुँह के भीतर की लार उत्पन्न करनेवाली ग्रंथियाँ जब लार उत्पन्न करना बंद कर देती हैं और मुँह सूखने लगता है तब नींबू का रस पीने से ये ग्रंथियाँ सक्रिय बनती हैं।

पित्तप्रकोप से होनेवाले रोगों में नीबू सर्वश्रेष्ठ लाभकर्ता है। वायु, उल्टी, आमवात, उदरकृमि, मलावरोध, कंठरोग, खाँसी व कफ को भी दूर करता है।

नीबू के रस में शक्कर और कालीमिर्च का थोड़ा चूर्ण डालकर शर्बत पीने से जठराग्नि प्रदीप्त होती है, भोजन के प्रति रुचि उत्पन्न होती है, आहार का पाचन होता है ।

एक गिलास पानी में दो चम्मच नीबू का रस, एक चम्मच अदरक का रस व शक्कर डालकर पीने से हर प्रकार का पेटदर्द दूर होता है, जठराग्नि प्रदीप्त होती है व भूख खुलकर लगती है ।

एक नीबू का रस गर्म पानी में मिलाकर रात को सोते समय पीने से जुकाम दूर होता है। यह प्रयोग कुछ दिन करने

पर पुराने जुकाम में भी लाभ होता है ।

एक चम्मच नीबू के रस में चार चम्मच शहद मिलाकर लेने पर पुरानी खाँसी में लाभ होता है एवं दमा का आक्रमण तुरंत रुक जाता है तथा आराम होता है ।

एक गिलास सादे पानी में एक नीबू का रस एवं दो-तीन चम्मच शहद डालकर पीने से शरीर की अनावश्यक चरबी कम होती है, शौचशुद्धि होती है एवं पुरानी कब्ज मिट जाती है ।

नीबू का रस उंगली पर लेकर दाँतों के मसूढ़ों पर घिसने से दाँतों में से निकलनेवाला खून बंद हो जाता है ।

नीबू के रस में इमली के बीज पीसकर लगाने से दाद, खाज मिटती है ।

नीबू के रस में नारियल का तेल मिलाकर शरीर पर उसकी मालिश करने से त्वचा की शुष्कता, खुजली आदि त्वचा के रोगों में लाभ होता है ।

सिर पर नीबू का रस और सरसों का तेल समभाग में मिलाकर लगाने से और बाद में दही रगड़कर धोने से कुछ ही दिनों में सिर का दारुणक रोग मिटता है। इस रोग में सिर में फुन्सियाँ व खुजली होती है।

खट्टे रसवाले नीबू के फूल (साइट्रिक एसिड) में एसिड की मात्रा लगभग साढ़े सात प्रतिशत होती है। परंतु उसका पाचन होने पर, उसका आर में रूपांतर होने से वह रक्त में अन्नादि आहार से उत्पन्न होनेवाली खटाई को दूर कर रक्त को शुद्ध करता है। इसमें विटामिन 'सी' अधिक मात्रा में उपलब्ध होता है अतः यह रक्तपित्त, स्कर्वी रोग आदि में अत्यंत लाभदायक है।



महाशिवरात्रि पर्व पर उज्जैन में एक बार पुनः महाकुंभ की याद ताजा कर पूज्य बापू की पीयूषवाणी का रसपान करते हुए नेता, संत-महंत और श्रद्धालु जनता ।



प्रकाशा (महा.)
आश्रम में भंडारे
के दौरान
आदिवासियों में
दक्षिणा व प्रसाद
वितरित करते
हुए आश्रम के
बालयोगी श्री
नारायण स्वामी ।



बापूनागर-अहमदाबाद सत्संग में पूज्य बापू के उपदेशों को सस्नेह स्वीकारते हुए गुजरात के मेहसूल मंत्री श्री अशोक भट्ट ।



पंचेड आश्रम द्वारा आदिवासी क्षेत्रों में संचालित नियमित भंडारा कार्यक्रम के उपक्रम से लाभान्वित होते ग्राम शेलज के आदिवासी भाई-बहन ।



कीर्तन व
हरिभक्ति का
आनंद लेती हुई
ग्राम शेलज
(रतलाम) की
आदिवासी बहनें ।

